Lagardère Paris Racing

Planning des activités Fitness de La Croix Catelan

du 1er septembre 2013 au 31 août 2014 (pas de séances du 26 juillet au 17 août 2014).

PLUS DE LIBERTÉ DANS VOS PRISES DE RÉSERVATION, DÈS LE 17 SEPTEMBRE 2013 :

- Réservation depuis votre Espace Services sur votre ordinateur, votre tablette ou votre smartphone 24h/24, mais aussi par téléphone et sur place (pendant les heures d'ouverture de l'accueil).
- Un mode d'emploi de réservation en ligne sera disponible à l'accueil de La Croix Catelan début septembre.
- L'équipe d'accueil se tient à votre disposition pour vous guider dans l'utilisation de ce nouveau support de réservation.

lundi
mardi
mercredi
jeudi
vendredi
samedi
dimanche
SCULPT 11h45 - 12h45
SCULPT 12h45 - 13h45
PILATES 10h00 - 11h00
ZUMBA FITNESS® 12h30 - 13h30
PILATES 10h15 - 11h15
SCULPT 13h00 - 14h00
MODERN JAZZ 14h00 - 15h00
ZUMBA FITNESS® 15h00 - 16h00
ZUMBA FITNESS® 10h00 - 11h00
RENFO STRETCHING 12h30 - 13h30
PILATES 18h45 - 19h45
SCULPT 19h45 - 20h45
PILATES CONFIRMÉS 9h30 - 10h30
SCULPT 12h30 - 13h30
ZUMBA FITNESS® 18h30 - 19h30
RENFO STRETCHING 19h30 - 20h30
BODY BARRE 10h00 - 11h00
MARCHE NORDIQUE 11h00 - 12h30
YOGA CONFIRMÉS 11h00 - 12h00
YOGA DÉBUTANTS 12h00 - 13h00
ZUMBA FITNESS® 15h00 - 16h00
C.A.F. 16h00 - 17h00
ZUMBA FITNESS® 17h00 - 18h00
C.A.F. 10h30 - 11h30
PILATES 11h30 - 12h30
BOXE LOISIR 15h00 - 16h00
SCULPT 16h00 - 17h00
ZUMBA FITNESS® 17h00 - 18h00
SENSUAL MOVE 19h00 - 20h00
MODERN JAZZ 20h00 - 21h00
CARDIO-BOXING 19h00 - 20h00
C.A.F. 20h00 - 21h00
BODY BARRE 19h00 - 20h00
ZUMBA FITNESS® 20h00 - 21h00

Fitness Danse
- Zumba Fitness®*
- Sensual Move
- Modern Jazz

Fitness Sport
- Cardio-boxing
- Boxe Loisir

Fitness Force
- Body Barre
- Cuisses-Abdos-Fessiers
- Sculpt
- Renforcement stretching

Fitness Santé
- Yoga
- Pilates
- Marche Nordique

Ce planning est susceptible d'évoluer notamment pour adapter le nombre de séances en fonction des fréquentations.
Il fait partie intégrante du bulletin d'inscription Fitness

* Zumba Fitness® est une marque commerciale de Zumba Fitness, LLC, utilisée sous licence. www.zumba.com.

Cours assurés par Géraldine Alagia, Emilie Dahan, Choukri Labidi & Lucile Woodward

Lagardère Paris Racing Ressources – Société Anonyme Sportive Professionnelle au capital de 42.500 € - 433 565 819 RCS Paris – Siège social : 5, rue Eblé - 75007 Paris